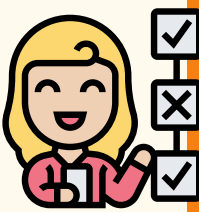


EV KURALLARINI BİRLİKTE OLUŞTURUN



Çocuklar kendi dışında gelişen olaylara uyum sağlamakta zorlanırlar. Haberleri olduğu ve katılım sağladıkları durumları daha kolay kabullenir ve uygularlar. Bu sebeple eviniz ile ilgili kuralları beraberken oluşturarak onun da fikirlerini alın. Ailenin tüm bireylerini kapsayacak kurallar oluşturmaya özen gösterin. Örneğin yemek sırasında teknolojik aletlerin kullanılmaması



SOSYAL ETKİNLİKLERE KATILMASINI DESTEKLEYİN

Çocuğunuzun kendisi ile ilgili konularda arkadaşını eve çağırma, spora ve kursa gitme vb. organizasyonlar yapmasını destekleyin. Bunu hemen mükemmel yapmasını beklemeyin. Sonuçlarını görüp deneyim kazanmasına olanak verin. Yolunda gitmeyen durumlar için neler yapılabilir birlikte konuşun.



HAYIR DEMESİNE İMKAN TANIYIN



Çocuğunuzun her zaman size "evet" demesini beklerseniz, başkalarına karşı da "hayır" demekte zorlanabilir. "Büyüklerin sözünden çıkma" şeklinde verilen öğretiler, çocuğun kendi düşüncelerini ve duygularını ifade etmesini engelleyebilir. Bu da ilerleyen yaşlarda, istenmeyen durumlarda başkalarına karşı durma becerisini kaybetmesine yol açabilir. Çocuğunuza, kendi tercihlerinin önemli olduğunu ve düşüncelerini ifade etme hakkı bulunduğunu öğretmek, sağlıklı sınırlar koymasına ve daha özgüvenli bir birey olmasına yardımcı olur.



DUYGULARINI İFADE ETMESİNE YARDIMCI OLUN

Ailece birbirinizin duygularını fark etmeye özen gösterin. Çocuğunuz bir şey anlatırken ya da bir davranışta bulunurken içinde bulunduğu duyguyu fark etmeye çalışın ardından söyleyerek doğruluğunu test edin. Canın sıkkın görünüyor, mutlu görünüyorsun gibi.



ÇOCUKLAR İÇİN SOSYAL BECERİLERİNİ GÜÇLENDİREN 10 ÖNERİ



Bir ebeveynin çocuklarına verebileceği en iyi miras her gün birkaç dakikasını onlara ayırmaktır.

SORUMLULUK VERİN

Evde ailenin her üyesinin olduğu gibi çocuğunda sorumlulukları olmalıdır. Yaş grubuna uygun olarak görevlendirmeler yapılabilir. Örneğin; yatağını toplama, çiçek yetiştirme, yemek masasını kurma ve toplama gibi.



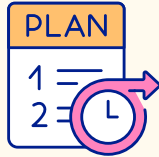
DAVRANIŞLARINIZLA ROL MODEL OLUN

Çocuklar, söylediklerinize değil, daha çok gördüklerine ve gözlemlediklerine göre şekillenirler. Bu yüzden çocuklarınıza istediğiniz davranışları önce kendiniz sergileyin. Çocuklar, sizin tutumlarınızı ve davranışlarınızı dikkatle izler, ve sizin örnek aldığımız yolu takip ederler. Onlara en iyi şekilde rehberlik edebilmek için, değerlerinizin ve davranışlarınızın tutarlı olması önemlidir.



ZAMANINI BİRLİKTE PLANLAYIN

Hayattaki önceliklerinizi iyi belirleyin. Bunların zamanlarını planlayın. Kendinize güvenin ve tutarlı biçimde uygulayın. Kendinize bunları hatırlatmak için ajanda edinin. Çocuğunuzun uygulayabilmesi için sabırlı olun. Gerçekleştiremedikleri hakkında da fikrini alın, yargılayıcı olun. Sabah kalktığımızda gün içinde yapacaklarımızı planlamasını çocuğunuzla konuşun. Onu nelerin beklediğini bilmek kaygısını azaltır. Onun isteklerini önceden öğrenip planlayın.



Dünyadaki bütün ebeveynler, çocuklarının hayatları boyunca başarılı olmalarını isterler. Başarı denildiğinde çoğu zaman akla ilk olarak okul başarısı gelir. Ancak başarı yalnızca akademik alandaki ilerlemeyle sınırlı değildir. Çocuğun hem sosyal hem de duygusal gelişimi, onun bütünsel başarısının bir parçasıdır. Ebeveynler, çocuklarının duygusal zekalarını geliştirmelerini, sağlıklı sosyal ilişkiler kurmalarını ve empati yeteneklerini artırmalarını da hedeflerler. Bu dengeyi sağlamak, sadece okulda değil, hayatta da başarılı ve mutlu bir birey olmalarını sağlayacaktır.



Çocukta ruh ve beden eğitimi ve gelişimi beraber yürütülmelidir.

İbni Sina

ONU DİNLEYİN

Çocuğunuzun dinlerken, o an yaptığınız işe ara verin ve tüm dikkatinizi ona verin. Bedeninizi ona doğru çevirin, konuşmanızı erteleyin ve söylediklerini sonuna kadar dinleyin. Bu, çocuğunuza değerli olduğunu hissettirecek ve aranızdaki iletişimi güçlendirecektir. Çocuklar, kendilerinin gerçekten dinlendiğini hissettiklerinde daha açık ve güvenli bir şekilde iletişim kurarlar.



ÖFKESİNİ YAŞAMASINA VE YÖNETMESİNE OLANAK TANIYIN

Çocuğunuz kızgınlığını saldırgan olmadan ifade edince onu takdir edin. Sinirlendiğinde veya ağladığında onun isteklerini yaparak öfkesini yanlış şekilde pekiştirmeyin. Sakinleşme becerilerini gözlemleyin ve yapabildiğinde takdir edin.



NEZAKET İFADELERİ KULLANIN



Çocuğunuzla ve başkalarıyla konuşurken, nezaket kurallarını uygulamak önemlidir. Kendi davranışlarınızla ona örnek olun ve her zaman “lütfen,” “teşekkür ederim” gibi ifadeleri doğru yerde kullanmaya özen gösterin. Çocuğunuz bir şeyi kabaca istediğinde, ona “Bunu kibarca nasıl istersin?” diye sorarak, düzgün ve saygılı bir dil kullanmanın önemini öğretin. Eğer isteği makulse, nazik bir şekilde istediği şeyi yerine getirin. Bu yaklaşım, çocuğunuza sadece dil değil, aynı zamanda başkalarına saygılı olmanın da değerini kazandırır.